

# WEGE AUS DEM SCHMERZ

wissenschaftlich fundiert & nachhaltig



## WÜNSCHT DU DIR...

- ... wieder Freude an Bewegung zu haben?
- ... Sport zu machen und leistungsfähig zu sein?
- ... aktiv am Leben teilzuhaben?
- ... wieder uneingeschränkt arbeiten zu können?

## KENNST DU DAS GEFÜHL

- ... dass dein Schmerz dein Leben bestimmt?
- ... dass du viele Dinge nicht mehr tun kannst?
- ... dass nichts wirklich hilft?
- ... nicht ernstgenommen zu werden?

Dann bist du hier genau richtig

- ✓ ... wenn du erfahren möchtest, wie du dein **Schmerzempfinden selbst beeinflussen** kannst
- ✓ .... du bereit bist, endlich wieder **ein aktives und erfülltes Leben** zu leben

## FINDE DEINEN WEG

- Schritt 1: gemeinsam erforschen wir deinen Schmerz  
- warum er da ist und wie er funktioniert
- Schritt 2: Erlange ein tiefes Verständnis dafür, welche Faktoren deinen Schmerz beeinflussen
- Schritt 3: Entdecke wie du dein Schmerzempfinden aktiv beeinflussen kannst.
- Schritt 4: Nutze gezielte auf dich abgestimmte Übungen, um dein Schmerzsystem sanft und nachhaltig zu beeinflussen
- Schritt 5: Werde täglich belastbarer und stärker durch gezieltes individuelles Training.

**Gewinne Lebensfreude zurück und  
werde wieder aktiver!**



**JASMIN WULLSCHLEGER**

**Schmerzspezialisierte Physiotherapeutin MSC**

# WEGE AUS DEM SCHMERZ

Exklusives Onlineprogramm für Menschen mit langanhaltenden Schmerzen

**Persönliche Begleitung** während 12 Wochen

- ✓ 12 Wochen **exklusives Online-Programm**
- ✓ Die **besten Übungen** und Umsetzungsstrategien **aus Wissenschaft und Praxis**
- ✓ Regelmäßige Einzel- und Gruppencalls für Austausch und individuelle Umsetzung
- ✓ **Hochwertiges Trainingsprogramm**, das genau auf dich abgestimmt ist
- ✓ **Spass und Freude** an der Umsetzung durch abwechslungsreiche und leicht umsetzbare Strategien

## Exklusiver Mitgliederbereich

- Module in Form von Videolektionen inkl. Workbooks
- Zugriff auf zahlreiche spannende Materialien und Übungen
- Zeitliche Flexibilität

Pilotkundengruppe startet im März 2025

## VORTEILE ALS PILOTKUNDE

- Programm wird auf dich zugeschnitten
- Module werden für dich angepasst/erweitert
- Termine von Calls können abgestimmt werden
- Du profitierst von einem einmaligen Spezialangebot

## DEIN BEITRAG ALS PILOTKUNDE

Du gibst mir Feedback und Rückmeldung zu dem Programm, den Rahmenbedingungen, sowie deinen Erfolgen und Herausforderungen.

Du gibst eine Empfehlung bezogen auf deine Erfahrung für weitere Klienten.



JASMIN WULLSCHLEGER

Schmerzspezialisierte Physiotherapeutin MSc

BUCHE DIR JETZT DEIN KOSTENLOSES KENNENLERNGESPRÄCH MIT MIR:  
ODER KONTAKTIERE MICH UNTER [INFO@WEGEAUSDEMSCHMERZ.CH](mailto:INFO@WEGEAUSDEMSCHMERZ.CH)

